

Директор МБОУ СОШ №10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
общественного питания"  
"ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2048

бесплатного питания обучающихся с 1 по 4 класс

"03" марта 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена
			гр	руб
<b>Завтрак 1-4 кл.</b>				
71-17	Помидоры свежие (порционно)	35	60	11,02
291-17	Плов из ПТИЦЫ (цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	429	250	26,59
338-17	Яблоки свежие	47	104,3	11,48
377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,44
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	16	30	1,47
		589		
	<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>53,00</b>
<b>Обед ОБЗ 1-4 кл.</b>				
24-17	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью (помид.св.ог.св.лук реп.масло.зел.)	42	60/1	10,50
82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	108	200/1	10,19
324-96	Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло)	169	90	15,95
310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	145	150	18,20
338-17	Мандарины свежие	101	62	10,56
388-17	Компот из кураги (курага,сахар)*	115	200	6,55
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68,0	30	1,33
		823,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>75,00</b>
	<b>Итого сумма ОБЗ 1-4 кл:</b>			<b>128,00</b>

Примечание:

\* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 60 мл на порцию

\*\* Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-04; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-02; P-13,5; ккал-66

Зав.производством

Нарыжная С.В.

Директор МБОУ СОШ №10

Шафран М.Н.



АО "Комбинат  
"КОМБИНАТ  
общественного питания"  
столовая №10

## МЕНЮ № 2048

бесплатного питания обучающихся с 5 по 11 класс

"03" марта 2022 г.

№ сборника рецептур	Наименование блюд	эн.цен. ккал.	Выход	Цена руб
			гр	
<b>Завтрак 5-11 кл.</b>				
21-17	Салат из консервированных огурцов (огурцы) конс.лук реп.масло)	59	100	20,92
291-17	Плов из ПТИЦЫ ( цып.бр.,лук,морковь,томат,рис,масло)	449	280	36,49
338-17	Яблоки свежие	47	92,6	10,19
377-17	Чай с лимоном (чай,сахар,лимон)	62	200/7	2,44
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	65	40	1,96
		682		
	<b>Итого сумма завтрака:</b>			<b>72,00</b>
<b>Обед ОВЗ 5-11 кл.</b>				
23-17	Салат из свежих помидоров с зеленью (помид.св.лук реп.масло.зел.)	73	100/1	16,00
82-17	Борщ с капустой и картофелем с зеленью (свекла,капуста,картоф,морковь,лук,том,паста,масло сл.)	114	250/1	12,69
324-96	Котлеты рубленые из минтая (минтай.батон.мол.масло)	231	100	17,87
310-17	Картофель отварной (картоф.масло)	182	180	21,23
338-17	Мандарины свежие	112	109,4	18,60
388-17	Компот из кураги (курага,сахар)*	106	200	6,56
ГОСТ	Батон нарезной с витам.минер.смесью ** (мука,дрожжи,масло,сахар)	75	35	1,72
ТУ-04	Хлеб "Никитский" с витамин.минер.смесью*** (мука,дрожжи,масло,сахар)	68	30	1,33
		849,0		
	<b>Итого сумма обеда:</b>			<b>96,00</b>
	<b>Итого сумма ОВЗ 5-11 кл:</b>			<b>168,00</b>

Примечание:

\* Витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой: 70 мл на порцию

\*\* Батон нарезной: белки-2,3; жиры-0,3; угл.-16; Са-0,5; Мд-5,7; Fe-0,4; P-19,5; ккал-79

\*\*\*Хлеб" Никитский": белки-1,9; жиры-0,5; угл.-13; Са-0,5; Мд-2,3; Fe-0,2; P-13,5; ккал-66

Зав. производством

Нарыжная С.В.